

TreadClimber[®]
by **BOWFLEX**[®]

TC10



Manual en Español Latino Americano: <http://support.nautilus.com>

Manual de ensamblaje



Instrucciones importantes de seguridad.....	3
Especificaciones y herramientas.....	4
Antes del ensamblaje	5
Piezas	6
Tornillería	7
Ensamblaje	8
Ajustes.....	19

Si tiene consultas o problemas con su producto, llame al 1 (800) 605–3369.

Nautilus, Inc., (800) NAUTILUS/(800) 628-8458, www.NautilusInc.com - Servicio al cliente: América del Norte (800) 605-3369, tcinquiry@nautilus.com | fuera de los EE. UU. +01-360-859-5180, technics-APLA@nautilus.com | Impreso en China | © 2011 Nautilus, Inc. Todos los derechos reservados. ™ y ® indican una marca comercial o una marca comercial registrada. Las marcas comerciales Nautilus, Inc. (www.NautilusInc.com) incluyen NAUTILUS®, BOW-FLEX®, SCHWINN®, TreadClimber® y UNIVERSAL®, así como sus respectivos logotipos Otras marcas comerciales son propiedad de sus dueños respectivos.



Este ícono significa una situación posiblemente riesgosa que, de no evitarse, podría provocar la muerte o lesiones graves.

Acate las siguientes advertencias:



Lea y comprenda todas las Advertencias sobre esta máquina.

Lea atentamente y comprenda el manual de ensamblaje.

- Siempre mantenga a terceras personas y niños alejados del producto que está ensamblando.
- No conecte la fuente de alimentación a la máquina hasta que se le indique hacerlo.
- No ensamble esta máquina al aire libre ni en un lugar mojado o húmedo.
- Asegúrese de realizar el ensamblaje en un área de trabajo adecuada, alejada de transeúntes y terceras personas.
- Algunos componentes de la máquina pueden ser pesados o difíciles de manipular. Solicite la ayuda de otra persona para realizar los pasos de ensamblaje de dichas piezas. No realice usted solo los pasos que implican levantar objetos pesados o realizar movimientos difíciles.
- Coloque esta máquina sobre una superficie horizontal sólida y nivelada.
- No intente cambiar el diseño ni la funcionalidad de esta máquina. Si lo hace, podría poner en riesgo la seguridad de la máquina e invalidará la garantía.
- Si necesita reemplazar piezas, use sólo tornillería y piezas de repuesto originales provistas por Nautilus. No usar repuestos originales puede provocar riesgos para los usuarios, impedir que la máquina funcione correctamente e invalidar la garantía.
- No use la máquina hasta que esté completamente ensamblada y haya sido inspeccionada para comprobar su correcto funcionamiento según el manual del usuario.
- Lea y comprenda la totalidad del manual del usuario que se suministra con esta máquina antes del primer uso. Conserve los manuales del usuario y de ensamblaje para futuras consultas.
- Ejecute todos los pasos de ensamblaje en la secuencia indicada. El ensamblaje incorrecto puede producir lesiones o fallas de la máquina.



Incluidas



5 mm



13 mm

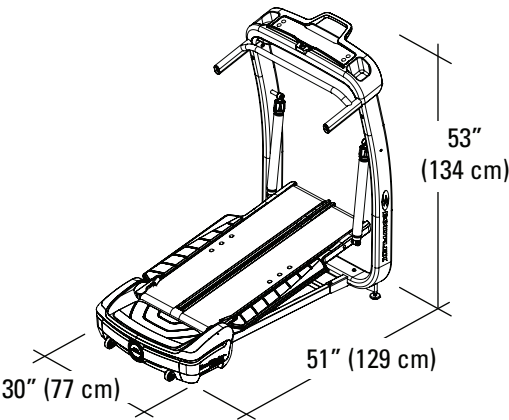
No incluidas



#2



(recomendado)





Seleccione el área donde va a instalar y hacer funcionar la máquina. Para un funcionamiento seguro, debe ubicarla sobre una superficie resistente y nivelada. Disponga un área de entrenamiento de un mínimo de 175,3 cm x 330,2 cm (69 x 130 pulgadas).

Consejos básicos de ensamblaje

Al ensamblar la máquina, respete estos puntos básicos:

- Lea y entienda las “Instrucciones de seguridad importantes” antes del ensamblaje.
- Reúna todas las piezas necesarias para cada paso del ensamblaje.
- Con las llaves recomendadas, gire los pernos y tuercas hacia la derecha (en dirección de las manecillas del reloj) para apretar y hacia la izquierda (contra la dirección de las manecillas del reloj) para soltar, salvo que se instruya otra cosa.
- Al unir dos piezas, levántelas suavemente y mire a través de los orificios para los pernos con el fin de ayudar a insertar los pernos a través de los orificios.
- El ensamblaje requiere 2 personas.
- No use ninguna herramienta eléctrica para el ensamblaje.

Nota: La máquina de ejercicios TreadClimber® está diseñada para enchufarse únicamente a un tomacorriente conectado a tierra sin GFI. Para determinar si el tomacorriente o interruptor de circuito es GFI, busque un botón de prueba o de restablecimiento en ellos. Si cuentan con el botón de prueba o de restablecimiento, se trata de un tomacorriente o interruptor de circuito GFI.

Estera para máquina

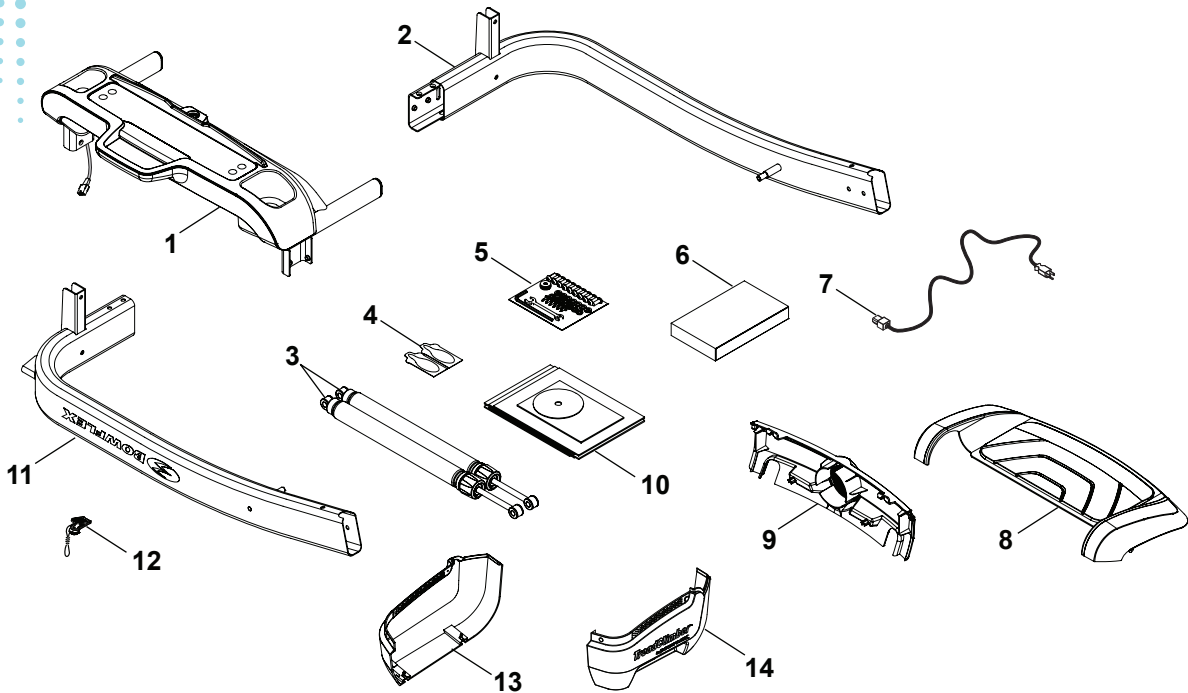
La estera para máquina Bowflex® TreadClimber® es un accesorio opcional que le ayuda a mantener el área de entrenamiento despejada y la agrega una capa de protección al piso. La estera de goma para máquina le brinda una superficie antideslizante de goma que limita las descargas estáticas y reduce la posibilidad de errores de visualización funcionamiento. Si es posible, coloque la estera para máquina Bowflex® TreadClimber® en el área de entrenamiento seleccionada antes de comenzar el ensamblaje.

Para pedir el la estera para máquina opcional, visite www.bowflex.com o llame al 1 (800) 605–3369.



(2 CAJAS)

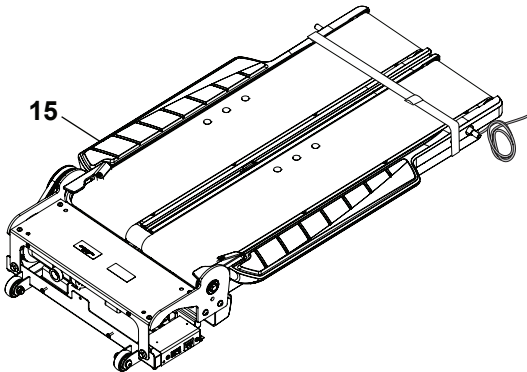
CAJA 1



Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
1	1	Ensamblaje de consola/manubrios	8	1	Peldaño posterior
2	1	Soporte vertical, izquierdo	9	1	Cubierta trasera
3	1	Resorte del cilindro	10	1	Kit de documentos
4	1	Kit de lubricación de la banda	11	1	Soporte vertical, derecho
5	1	Lista de tornillería	12	1	Llave de seguridad
6	1	Plan de pérdida de peso Bowflex®	13	1	Cubierta lateral del motor, izquierda
7	1	Cable de alimentación	14	1	Cubierta lateral del motor, derecha



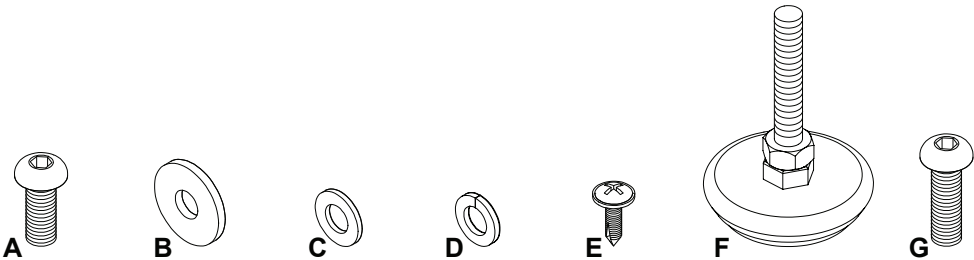
CAJA 2



Elemento	Cant.	Descripción			
15	1	Ensamblaje de los pedales *			

* No corte la cinta de embalaje hasta que se le indique.

Tornillería



Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
A	16	Tornillo de hexagonal de cabeza semiesférica, M8 x 20	E	6	Tornillo autorroscante Phil-lips, M4.0 x 16
B	4	Arandela plana ancha M8	F	2	Nivelador
C	14	Arandela plana, M8	G	2	Tornillo de hexagonal de cabeza semiesférica, M8 x 25
D	14	Arandela de bloqueo, M8			

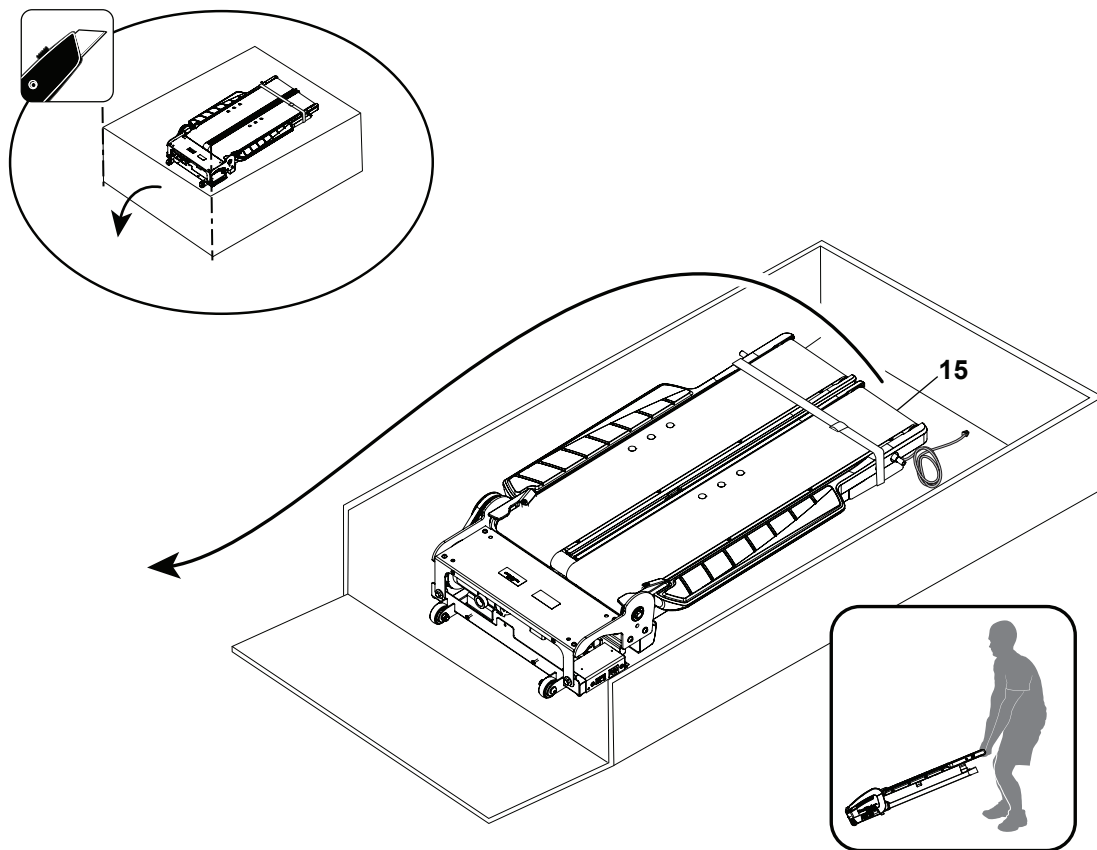


Algunos componentes de la máquina pueden ser pesados o difíciles de manipular. Solicite la ayuda de otra persona para realizar los pasos de ensamblaje de dichas piezas. No realice usted solo los pasos que implican levantar objetos pesados o realizar movimientos difíciles.

Nota: Este ensamblaje utiliza piezas del embalaje. No se deshaga de él sino hasta que el ensamblaje esté completo.

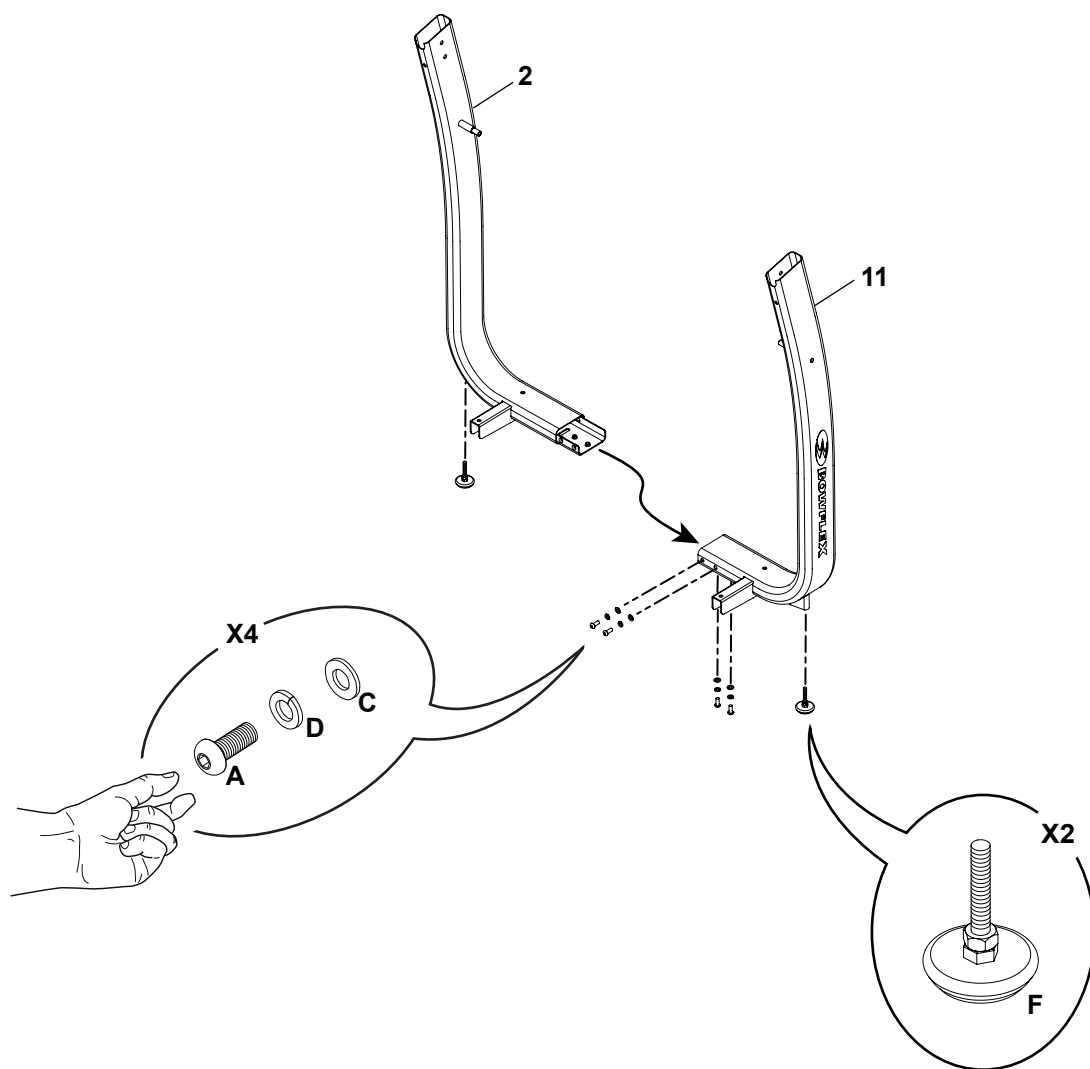
1. Corte y abra el extremo de la caja 2 y mueva el ensamblaje de los pedales al área de ejercicios

Nota: No tuerza el cable de E/S.
Corte la cinta de embalaje cuando esté en su lugar.



2. Acople el soporte vertical izquierdo al soporte vertical derecho

Nota: Apriete el herraje a mano.



3. Deslice las cajas de embalaje por debajo de la base del ensamblaje de los pedales y los pedales

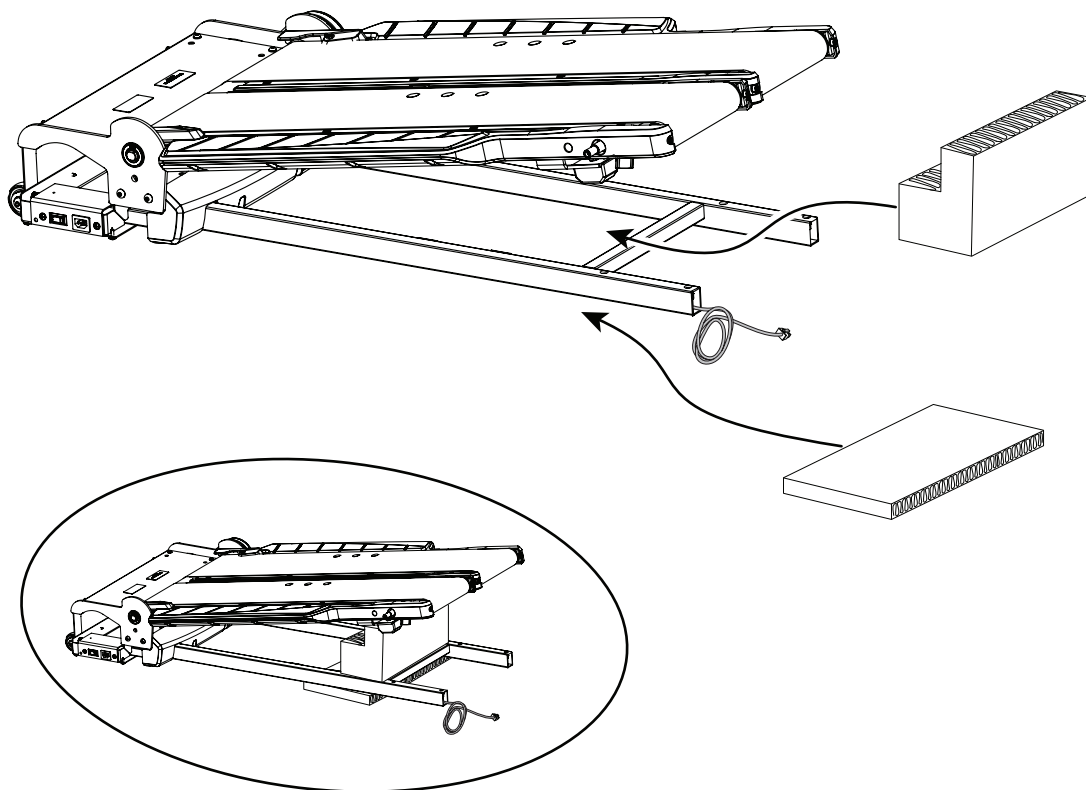
Nota: Utilice los materiales del embalaje para este paso. La base del embalaje de los pedales debe estar nivelada, y los pedales deben elevarse en forma segura. Las cajas no deben estar frente a la barra transversal.



Los pedales no cuentan con un mecanismo de bloqueo y deben sostenerse en forma segura.

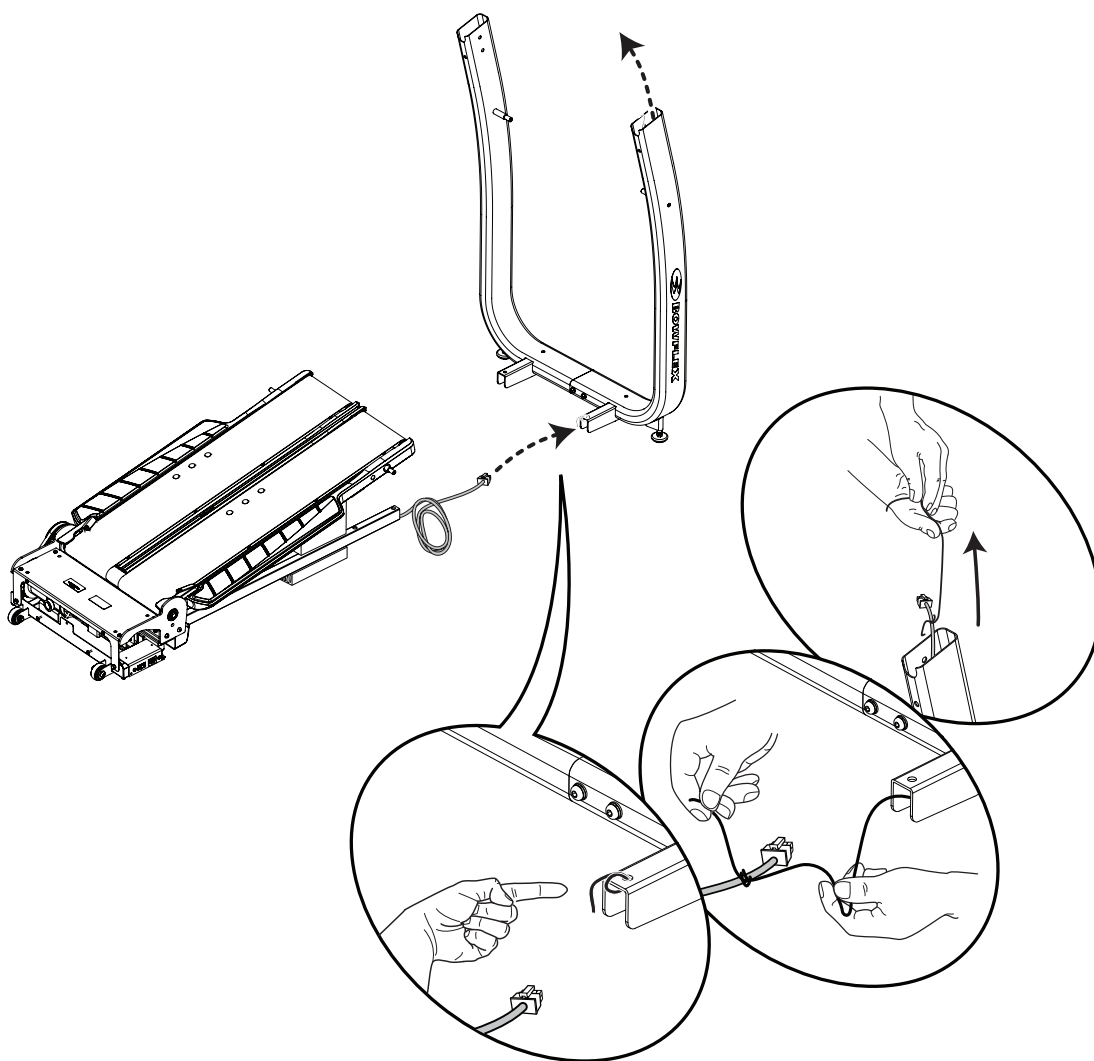
Para prevenir posibles lesiones graves al deslizar las cajas de embalaje por debajo del ensamblaje de los pedales, tenga cuidado para evitar que los dedos o las manos queden atrapados o comprimidos.

Tenga presente que la correa de transmisión y las bandas de desplazamiento están conectadas y cuando cualquiera de estas piezas se mueve, también se mueve la otra. Para evitar posibles lesiones graves, no permita que nada quede atrapado o comprimido por la correa de transmisión cuando las bandas de desplazamiento se muevan.



4. Conecte el cable de la consola a través del soporte vertical derecho

Nota: No tuerza el cable de E/S.



5. Conecte el ensamblaje del soporte vertical derecho al ensamblaje de los pedales

Nota: Asegúrese de estirar con cuidado el cable de E/S a medida de que usted conecta el ensamblaje del soporte vertical derecho.

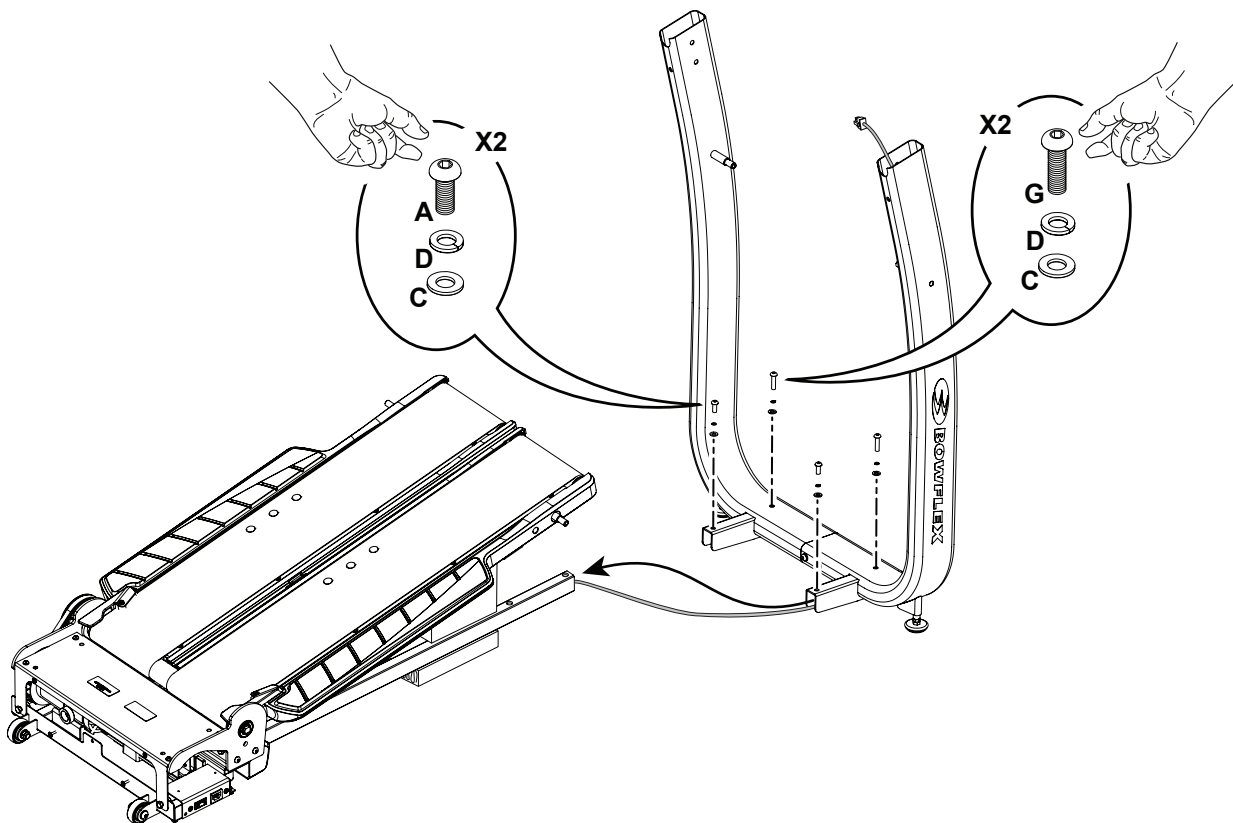
No tuerza el cable de E/S.

Apriete el herraje a mano.



Los pedales no cuentan con un mecanismo de bloqueo y deben sostenerse en forma segura.

Para prevenir posibles lesiones graves al insertar los extremos de los tubos en el ensamblaje de los pedales, tenga cuidado para evitar que los dedos o las manos queden atrapados o comprimidos.

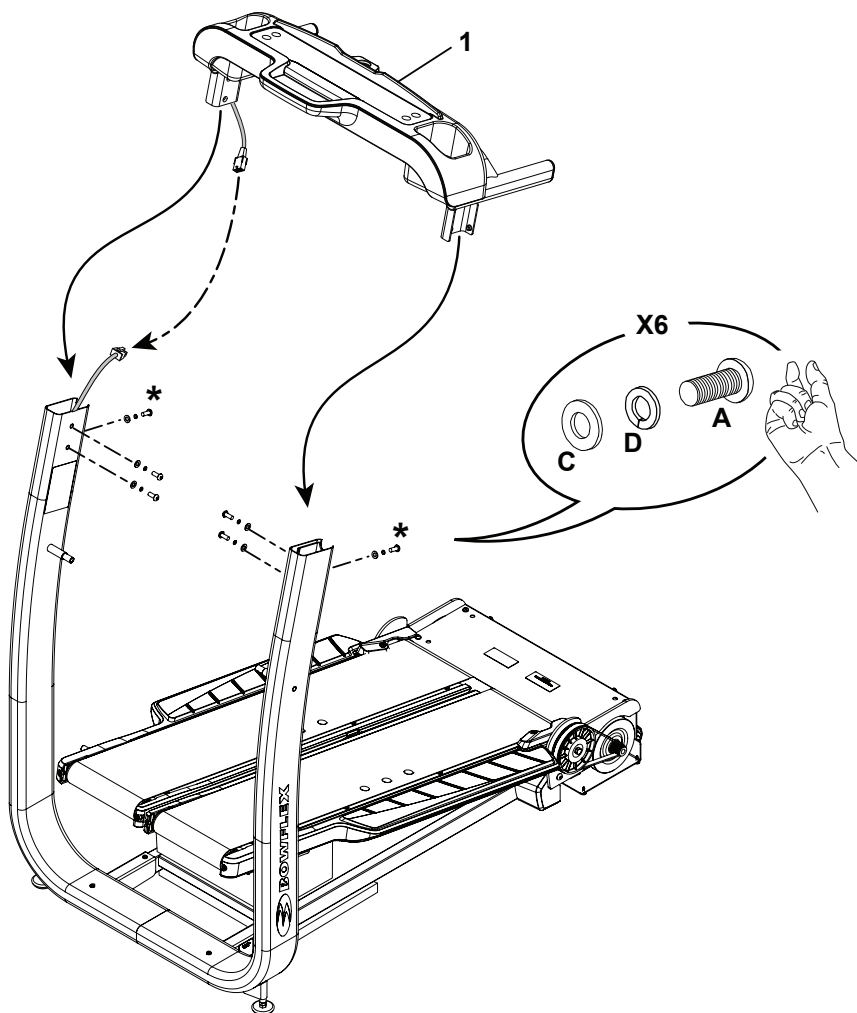


6. Conecte los cables de E/S y luego instale el conjunto de consola/manubrio

Nota: No tuerza los cables de E/S.

* Apriete este herraje a mano primeramente hasta que los orificios interiores para pernos se alineen.

! Para prevenir posibles lesiones graves al insertar los extremos de los tubos en el ensamblaje de la base, tenga cuidado para evitar que los dedos o las manos queden atrapados o comprimidos.



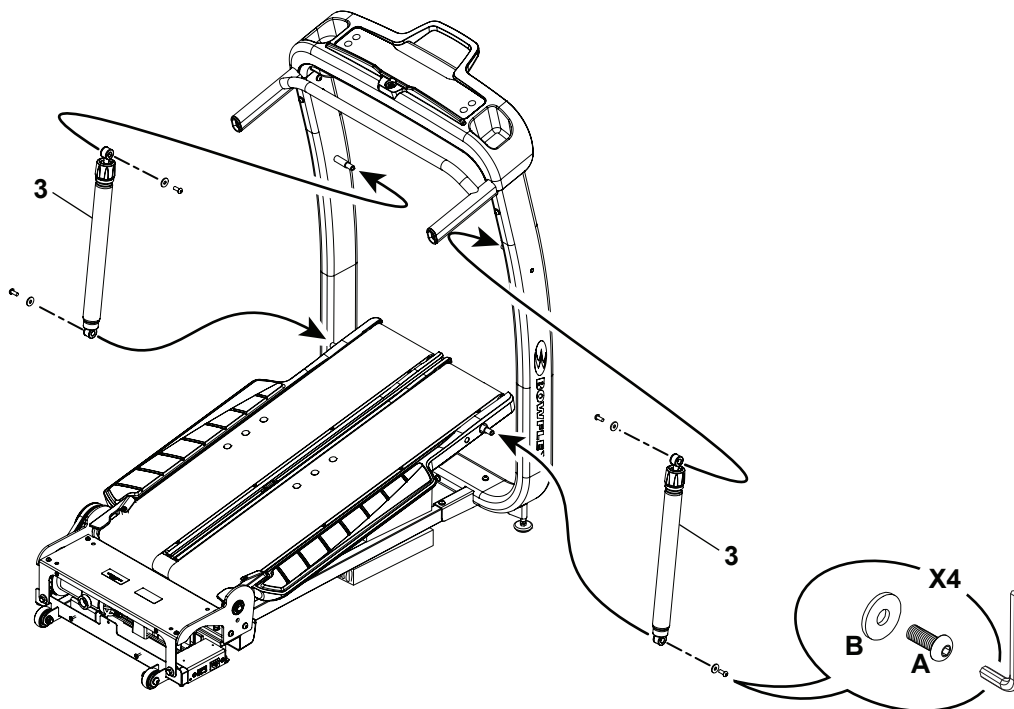
7. Acople los cilindros a los pedales y luego a los soportes verticales

Nota: El dial de configuraciones de los cilindros debe quedar arriba, con el punto blanco hacia el interior de la máquina. Acople los pedales antes de los soportes verticales.

Apriete completamente **TODO** el herraje de los pasos anteriores y retire en forma segura las cajas de embalaje.

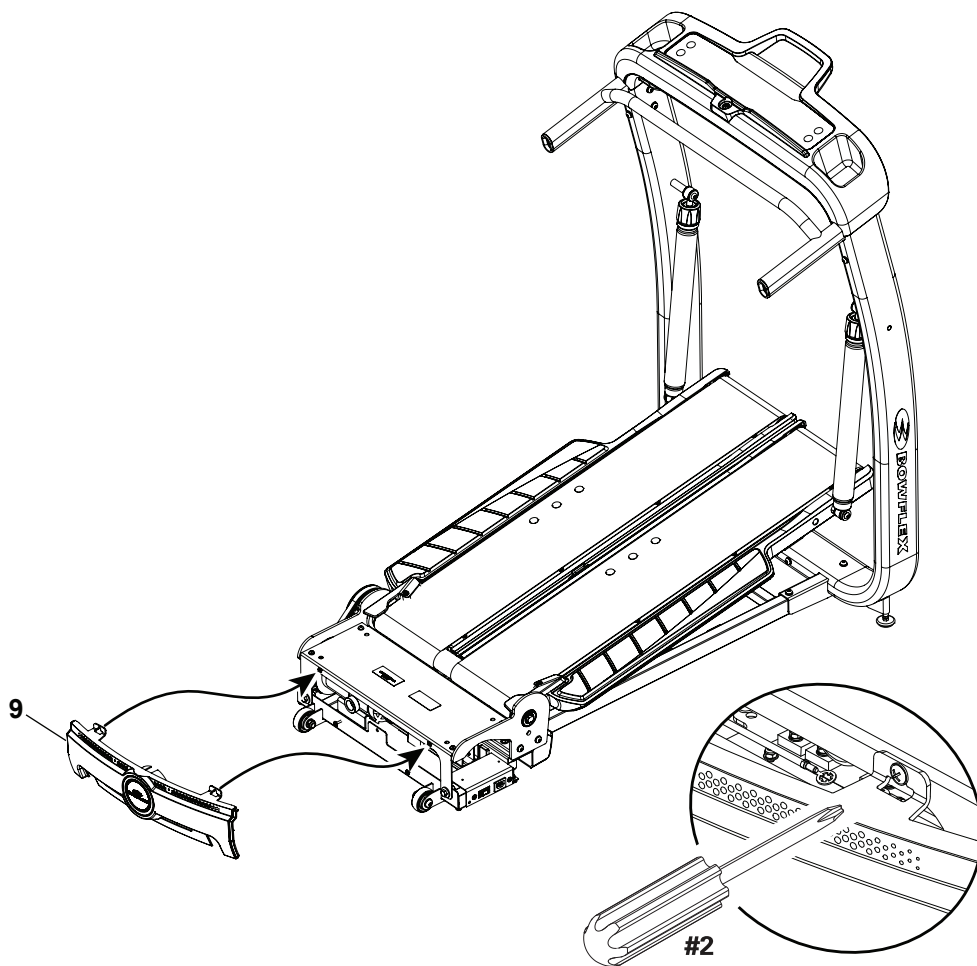


Los pedales no cuentan con un mecanismo de bloqueo y pueden moverse libremente. No permita que ocurra ningún daño o lesión al elevar los pedales.



8. Acople la cubierta trasera al ensamblaje de los pedales y apriete el herraje

Nota: El herraje ha sido preinstalado y no se encuentra en la tarjeta de herraje.



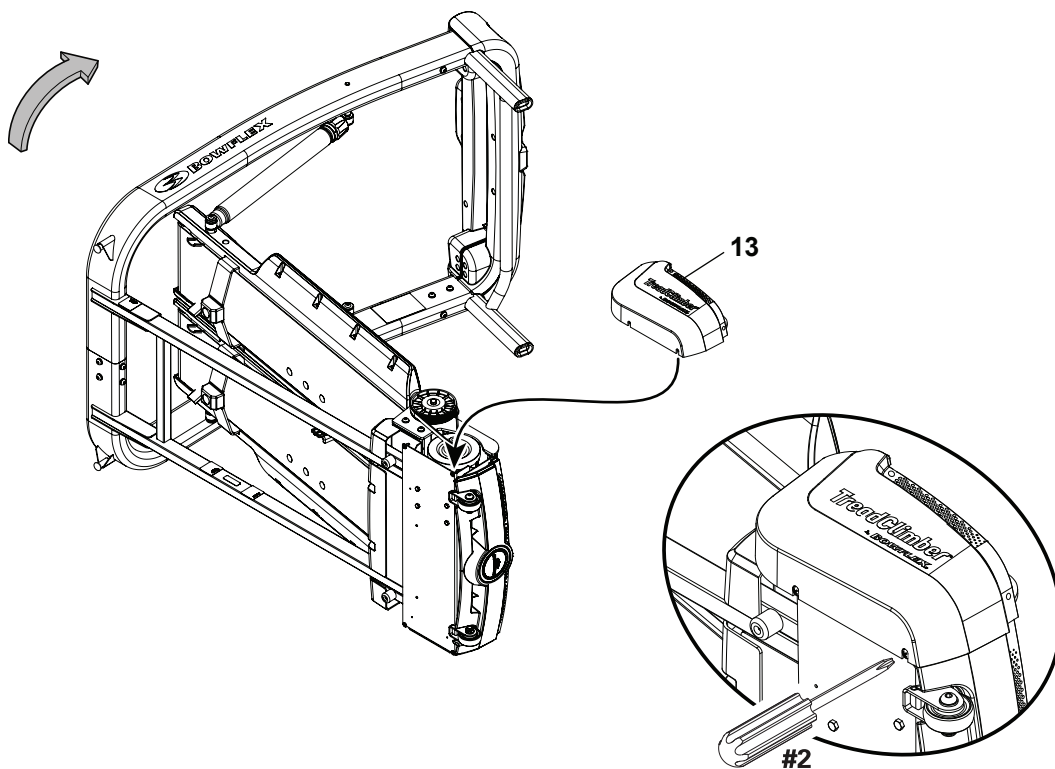
9. Incline en forma segura el ensamblaje de los pedales y acople la cubierta lateral izquierda del motor



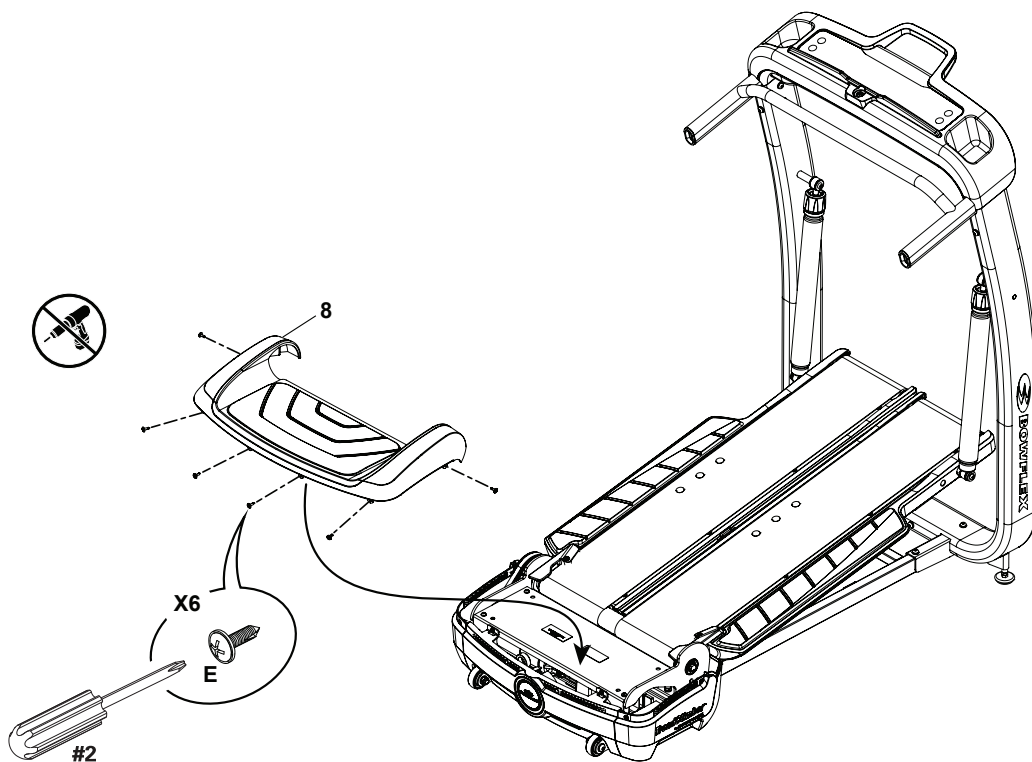
La máquina puede ser trasladada por una o más personas en función de sus capacidades y destrezas físicas. Asegúrese de que usted y las demás personas sean físicamente capaces y aptos para mover la máquina de manera segura.

Nota: El herraje ha sido preinstalado y no se encuentra en la tarjeta de herraje.

Devuelva la máquina a la posición vertical y repita el procedimiento en el lado opuesto.

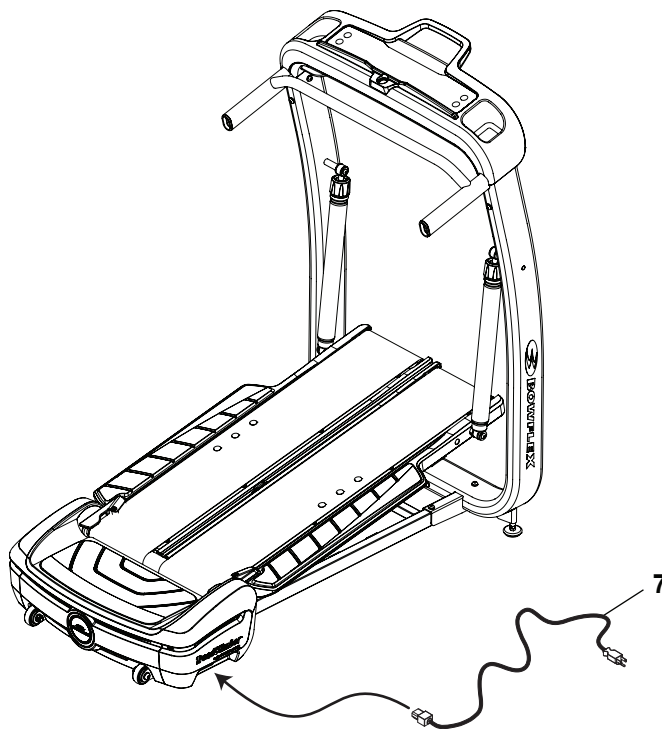


10. Acople el peldaño posterior al ensamblaje de los pedales



11. Conecte el cable de alimentación al ensamblaje de los pedales

Nota: La máquina de ejercicios TC10 TreadClimber® está diseñada para enchufarse directamente a un tomacorriente de 120 V para tres patas debidamente cableado y conectado a tierra. Si conecta la máquina en un tomacorriente con GFI (interrupción por falla de conexión a tierra) o AFI (interrupción por falla de arco), el funcionamiento de la máquina puede provocar que el circuito se desconecte.



12. Inspección final

Inspeccione la máquina para asegurarse de que todos los sujetadores estén apretados y de que los componentes estén correctamente ensamblados.



No use la máquina hasta que esté completamente ensamblada y haya sido inspeccionada para comprobar su correcto funcionamiento según el manual del usuario.

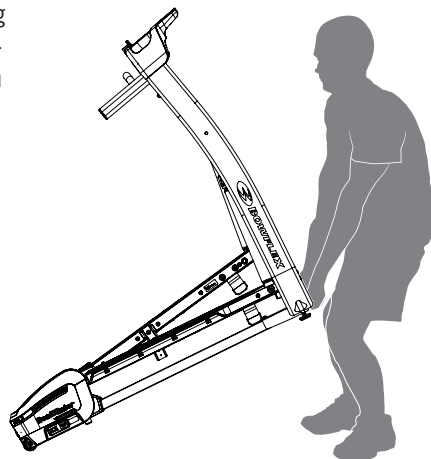
Traslado de la máquina

La máquina de ejercicios TreadClimber® pesa aproximadamente 71.8 kg (158 libras) cuando está completamente ensamblada y es necesario tomar precauciones al trasladarla. Para moverla, use la barra de sujeción de transporte que se encuentra bajo la parte delantera de la máquina. Para acceder a la barra de sujeción de transporte, gire los niveladores hasta que logre un espacio suficiente entre la máquina y el piso.

La máquina puede hacerse rodar sobre las ruedas de transporte a un nuevo lugar. Baje la máquina lentamente en la nueva ubicación sin lesionar su cabeza ni sus dedos.



No use los soportes verticales, los manubrios ni la consola para levantar o mover la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.



La máquina puede ser trasladada por una o más personas en función de sus capacidades y destrezas físicas. Asegúrese de que usted y las demás personas sean físicamente capaces y aptos para mover la máquina de manera segura.

Ubique la máquina sobre una superficie limpia, resistente, nivelada y que esté libre de materiales no deseados u otros objetos que puedan estorbar su capacidad para moverse libremente. Se debe usar una estera de goma bajo la máquina para evitar la liberación de electricidad estática y proteger el piso.

Para un almacenamiento seguro de la máquina y para evitar el funcionamiento no supervisado de la misma, siempre quite la llave de seguridad y desconecte el cable de alimentación del tomacorriente de pared y de la entrada de CA. Ponga el cable de alimentación en un lugar seguro.

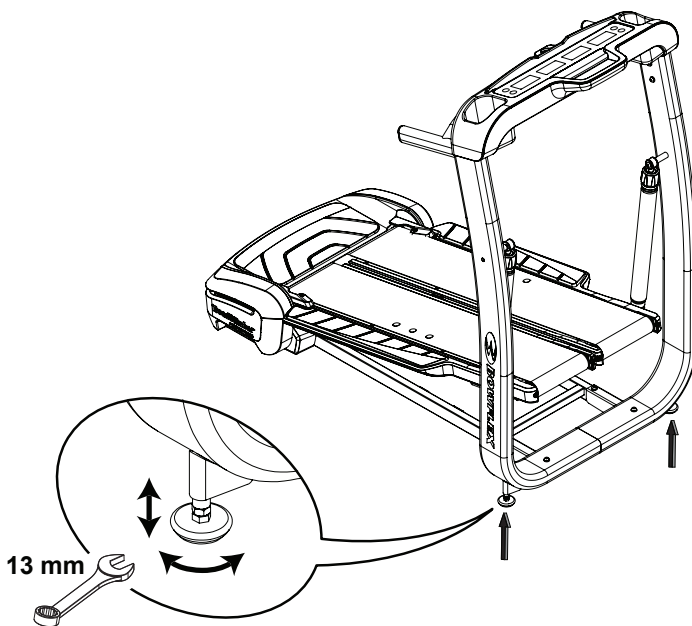
Nivelación de la máquina

Los niveladores se encuentran en la parte delantera de la máquina TreadClimber®. Asegúrese de que la máquina TreadClimber® esté nivelada y estable antes de ejercitarse en ella. Para ajustar:

1. Afloje la contratuerca superior.
2. Gire el nivelador para ajustar la altura.
3. Apriete la contratuerca superior para bloquear el nivelador.



No ajuste los niveladores a una altura excesiva que ocasione que se separen o desenrosquen de la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.









TreadClimber[®]

by **BOWFLEX**[®]

Nautilus[®]

Bowflex[®]

Schwinn[®]

Universal[®]